

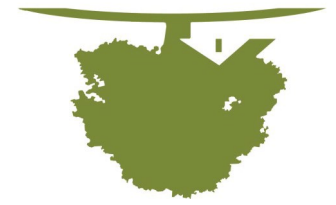
# The Matthews House Youth, Family & Community Activities Summer 2014



  
**The Matthews House**  
 Growing Stronger Together  
[www.themattewshouse.org](http://www.themattewshouse.org)

Community Life Center (CLC)  
 220 N. Grant Ave., Fort Collins  
 (970) 449-5191  
 Open: M-F 9am-7pm  
 Sat 12pm-5pm

**The Matthews House**  
 Growing Stronger Together  
[www.themattewshouse.org](http://www.themattewshouse.org)



Community Life Center (CLC)  
 220 N. Grant Ave., Fort Collins  
 (970) 449-5191  
 De Lunes a Viernes: 9am-7pm  
 Sabado: 12pm-5pm



**The Matthews House**  
 Actividad para jóvenes, familia, y la Comunidad  
 Verano 2014

## SPORTS & ATHLETICS



### Basketball

Whether you're coming by yourself, bringing a friend, or coming as a group, anyone aged 13 and older is welcome to join our Pick- Up Basketball Games every week. No experience is necessary, just a desire to shoot hoops and connect with friends in a sportsmanship valued environment.

Day: Wednesdays  
Sign up: Walk Ins

Time: 6-8pm  
Children Activities: No

### Zumba

Get in shape while you move to Latin Rhythms! This activity is open to all ages, abilities and experience levels. It's always a PARTY with Zumba. Offered three times a week! Come Join!

Days: Monday, Wednesday and Friday's

Time: 5-6pm

Sign up: Walk Ins

Children Activities: Yes



Inscripciones: Abiertas o en su primer día de clase.  
Actividades para niños: Sí

Días: Lunes, miércoles y Viernes  
Hora: 5-6pm

Póngase en forma mientras baila al son de los ritmos latinos! Esta actividad está abierta a todas las edades, habilidades y niveles de experiencia. Se ofrece tres veces por semana. Siempre es una fiesta con Zumba! Venga a bailar! Te esperamos.

### Zumba

Día: Miércoles  
Inscribirse: Abiertas o el mismo día.  
Hora: 6-8pm  
Actividades para Niños: No

Usted puede venir solo o con un amigo, o con un grupo de amigos. Cualquiera persona de 13 años de edad es bienvenido a unirse a nuestros juegos de baloncesto cada semana. No se necesita experiencia, sólo el deseo de jugar y conectarse con amigos en un ambiente deportivo.

### Baloncesto (Basketball)



## DEPORTES & ATLETISMO



## RECREATION

### Moms Group

Have the opportunity to meet other moms and fun activities for your children! We will meet every other Friday morning at the Community Life Center throughout the summer. There are fun activities planned for the summer season, such as trips to City Park Pool and Spring Canyon Community Park. So, if you are a mom with kids between 0-8 years old or are expecting, we would love for you to join us!

Day: Every other Friday morning

Time: 10-12pm

Sign up: Call Community Life Center at 449-5191

Children Activities: Yes, as part of the group

### Latin Rhythms

You know that Latin dances are amongst the most fun, so come and join us while we learn all sorts of dances ranging from festive dances from various regions of Mexico, to tropical rhythms like Salsa, Bachata, and Merengue. Don't be shy! Come along or bring a friend! No experience necessary. This fun and lively dance class is open to youth 13-18 years of age.



## RECREACION

### Grupo de Madres

Este grupo es una oportunidad de conocer a otras mamás y participar en actividades divertidas para sus hijos! Nos reunimos dos viernes al mes por la mañana en el Community Life Center durante todo el verano. Hay actividades divertidas planeadas para este verano, como viajes a City Park Pool and Spring Canyon Community Park. Si usted es una mamá con niños entre 0 y 8 años de edad o si estas embarazada, nos encantaría que te unas a nosotros!

Día: Cada dos viernes, a partir del 13 de Junio.

Hora: 10 -12 pm

Actividades para Niños: Sí, como parte del grupo

Inscripciones: Comunicarse al CLC 449-5191

### Ritmos Latinos

Usted sabe que los bailes latinos se encuentran entre los más divertidos. Venga y únase a nosotros mientras aprendemos todo tipo de bailes como danzas festivas de varias regiones de México o ritmos tropicales como Salsa, Bachata y Merengue. No sea tímido! Venga solo o con un amigo! No se requiere experiencia. Esta clase es divertida y está abierta a los jóvenes de 13 a 18 años de edad.

Día: Lunes y Viernes

Hora: 6-7pm

Actividades para Niños: Sí

Inscripciones: Abiertas o en su primer día de clase.



## RECREATION

### Stroller Strides

Stay active while forming relationships with other moms! This activity is for moms who are expecting or have children between 0-8 years old. Bring your child(ren) and stroller for a walk around the neighborhood surrounding the Community Life Center, to Lee Martinez Park where your children will have the opportunity to play. It is a great way for you and your children to enjoy the summer.

Day: Every other Friday morning starting 6/6/14

Time: 10-12pm

Sign up: Walk Ins

Children Activities: Yes, as part of the group

### Recreation Camps

Come and learn a variety of different sports throughout the summer. Each week will be a different sport. The program is designed for all skill levels. The program is for children 7-14

Dates: June 3rd- Aug. 7th

Day: Tuesdays, Wednesdays and Thursdays

Time: 9-11am

Sign up: Call Community Life Center at 449-5191

Snack Provided: Yes

## FAMILY WELLNESS

### Family to Family Transition Facilitation

This program is offered to families with children between 0-18 years old. You will have the opportunity to work one-on-one with one of our Transition Facilitators and they will assist you with navigating the various resources in town. Whether you need one time assistance or on-going assistance we can tailor your experience to your needs.

This program is offered to families with children between 0-18 years old. You will have the opportunity to work one-on-one with one of our Transition Facilitators and they will assist you with navigating the various resources in town. Whether you need one time assistance or on-going assistance we can tailor your experience to your needs.

## RECREACION

### Paseos con los cochecitos de bebe

Manténgase activo, mientras que se conoce a otras mamás! Esta actividad es para las mamás que están embarazadas o tienen niños entre 0 y 8 años de edad. Lleve a su hijo (s) en su cochecito de paseo por el vecindario que rodea al Community Life Center, también por el Lee Martinez Park donde los niños tendrán la oportunidad de jugar. Es una oportunidad para que usted y sus hijos puedan disfrutar al aire libre y mantenerse activo!

Día: Cada dos viernes a partir del 6 de Junio.

Tiempo: 10 a 12 pm

Inscripciones: Abiertas o el mismo día.  
Actividades para Niños: Sí, como parte del grupo

### Campamentos

Ven a aprender una variedad de diferentes deportes durante todo el verano. Cada semana será un deporte diferente. El programa está diseñado para todos los niveles de habilidad. El programa es para niños de 7 a 14 años.

Día: Martes, miércoles y jueves

Fechas: 3 junio al 7 agosto

Hora: 9 a 11 am

Inscribirse: Comunicarse al CLC 449-5191

Almuerzo: Se proporcionará almuerzo a los participantes

### BIENSTAR DE LAS FAMILIAS Apoyo Familiar Personalizado

Este programa se ofrece a las familias con niños entre 0 y 18 años de edad. Usted tendrá la oportunidad de trabajar uno a uno con uno de nuestros facilitadores de transición, quienes le ayudarán a conectarse con los recursos de la ciudad. Ya sea que necesite una asistencia una sola vez o a largo plazo, podemos adaptar nuestros servicios a sus necesidades.

Este programa se ofrece a las familias con niños entre 0 y 18 años de edad. Usted tendrá la oportunidad de trabajar uno a uno con uno de nuestros facilitadores de transición, quienes le ayudarán a conectarse con los recursos de la ciudad. Ya sea que necesite una asistencia una sola vez o a largo plazo, podemos adaptar nuestros servicios a sus necesidades.



## EDUCACION INEA

Este programa de educación es una colaboración con el Con-  
sulado Mexicano. INEA (Instituto Nacional para la Educación de  
Adultos) ofrece tutoría para adultos, que hablan español, en las  
habilidades académicas desde aprender a leer y escribir hasta ter-  
minar la Secundaria. Después de terminar este programa, los par-  
ticipantes estarán preparados para las clases de preparación para el  
GED.

Fechas: 2 de junio 2 al 3 de Agosto  
Hora: 6:00-7:30pm  
Actividades para Niños: Sí

Día: Lunes y miércoles  
Inscripciones: Comuníquese al CLC 449-5191

### "Must Have" Habilidades en computación

Esta clase provee una formación práctica de habilidades básicas en computación, entre  
ellos: El correo electrónico; Internet; la creación y edición de documentos; y la seguridad  
básica de PC.

Fechas: 3 junio a 31 Julio  
Hora: 11:30-1pm  
Actividades para Niños: Sí

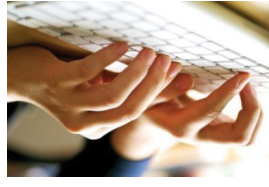
Día: Martes y Jueves  
Inscripciones: Comuníquese al CLC 449-5191

### Open Lab Computer

Tenemos computadoras y asistencia esperando para ayudarle con  
sus proyectos informáticos, consulta su e-mail y Facebook, trabaja  
en su currículum o buscar una vivienda. Abierto a todos.

Fechas: 3 junio a 31 Julio  
Hora: 1-2pm  
Actividades para Niños: No

Día: Martes y Jueves  
Inscripciones: Comuníquese al CLC 449-5191



Dates: June 3-July 31st  
Time: 1pm-2pm  
Sign up: Walk Ins or Call the Community Life Center at 970-449-5191

Day: Tuesday and Thursdays  
Children Activities: No

### Open Computer Lab

Computers and knowledge assistance waiting to help you with your  
computer projects, check your e-mail and Facebook, work on your  
resume, search for a job or housing. Open to everyone.

Dates: June 3-July 31st  
Time: 11:30-1pm  
Children Activities: No

Day: Tuesday and Thursdays  
Sign up: Call the Community Life Center at 970-449-5191

### Must Have Computer Skills

Provides hands-on training with basic computer skills, including:  
email; the Internet; creating, editing, and saving documents; and basic  
PC security. Additional time will be available as "Open Lab" for stu-  
dents to work on their own with help from a volunteer.



Dates: June 2<sup>nd</sup>- Aug 3<sup>rd</sup>  
Time: 6:00-7:30pm  
Children Activities: Yes

Day: Mondays and Wednesdays  
Sign up: Call the Community Life Center at 449-5191

## EDUCATION

### INEA

This education program is a collaborative with the Mexican Con-  
sulate. INEA (National Institute for Adult Education) offers tutor-  
ing for adults, who speak Spanish, in academic skills for grades K-  
8. After finishing this program, participants will be ready for GED  
preparation classes.





## EDUCATION

### A+ Certification

This class will prepare students for the CompTIA A+ Essentials certification exam and the CompTIA A+ Practical Application certification exam. It is designed for students seeking to become entry-level IT professionals.

Dates: June 2- July 30

Day: Monday and Wednesdays

Time: 3-5:30pm

Sign up: Call the Community Life Center at 970-449-5191

Children Activities: No

### Medical Terminology

Introduces terminology for the medical profession. Suffixes, prefixes, and root words will be covered for each system. Word elements will be combined into medical terms.

Dates: June 3- July 31

Days: Tuesdays and Thursdays

Time: 3-5:30pm

Sign up: Call the Community Life Center at 970-449-5191

Children Activities: No

### Computer Workshop Specifics TBD

This time will be used for a computer workshop(s) based on student feedback and content will be based on “most popular” topics.

Dates: June 2- July 16

Days: Monday and Wednesdays

Time: 11-2pm

Sign up: Call the Community Life Center at 970-449-5191

Children Activities: No

### GED Preparation Online in Spanish and English

Together with Poudre School District, we offer online GED Preparation and basic reading, writing, and math classes to adults 17 and older. Come and join us in a friendly and motivational environment and get ready to test for your GED.

Dates: June 2<sup>nd</sup>- Aug 7<sup>th</sup>

Day: Tuesdays, Wednesdays, Thursdays

Time: 9-11am

Children Activities: Yes for children 0-15

Sign up: Call Community Life Center at 449-5191- Rolling Admission



EDUCACION +  
Una certificación

Esta clase preparará a los estudiantes para el A + examen de certificación de CompTIA y la certificación de CompTIA A + examen de certificación de aplicación práctica. Es para estudiantes que buscan convertirse en profe-

Fechas: 2 junio-30 julio  
Día: Lunes y miércoles  
Hora: 3-5:30 pm  
Actividades para Niños: No  
Inscribirse: Llame al Centro de Convivencia 970-449-5191

### Terminología Médica

Presenta la terminología de la profesión médica. Los sufijos, prefijos y raíces de palabras serán cubiertos por cada sistema. Elementos denominativos se combinarán en términos médicos.

Fechas: 3 junio a 31 julio  
Días: martes y jueves  
Hora: 3-5:30 pm  
Actividades para Niños: No  
Inscribirse: Llame al Centro de Convivencia 970-449-5191

### Computer Taller-Específicos TBD

Estas horas estarán utilizadas para un taller (s) de informática. La tema sería decidida por los estudiantes y el contenido se basa en los temas "más populares".

Fechas: 2 junio-16 julio  
Días: Lunes y miércoles  
Tiempo: 1.1-2 pm  
Actividades para Niños: No  
Inscribirse: Llame al Centro de Convivencia 970-449-5191

### GED Preparación Online en Español e Ingles

Junto con el Distrito Escolar Poudre, ofrecemos en línea Preparación para el GED y habilidades básicas de lectura, escritura, y las clases de matemáticas a los adultos mayores de 17 años. Venga y únase a nosotros en un ambiente amistoso y la motivación y prepare para la prueba de su GED.

Fechas: 2 junio-7 Agosto  
Día: Martes, miércoles, jueves  
Hora: 9 a 11 am  
Inscribirse: Hable al CLC al 449-5191 - Admisión del balanceo  
Actividades para Niños: Sí por los niños de 0-15

## EDUCACION

### erramientas JobReady

Este curso prepara a los estudiantes para encontrar un trabajo que puede ayudarles a lograr la autosuficiencia. Cuando la clase acaba, cada estudiante tendrá una cartera personalizada con un plan de marketing y estrategia clara de comunicación incluyendo currículum eficaz, carta de presentación y técnicas de entrevista. Los estudiantes también tendrán las habilidades para buscar trabajos "secretos", las estrategias de la creación de redes, y un plan de acción de búsqueda de empleo.

Fechas: 21 julio a 21 julio

Días: Lunes-Jueves

Tiempo: 1-3pm

Inscribirse: Llame al Centro de Convivencia 970-449-5191

Actividades para Niños: No

### Inglés como Segundo Idioma (ESL)

Esta clase está diseñada para estudiantes de idiomas Inglés con énfasis en Inglés necesario para situaciones de la vida cotidiana, como la salud, el empleo, las compras, la vivienda y otras habilidades para la vida. Los estudiantes trabajarán en mejorar su comprensión auditiva, expresión oral, lectura y escritura de habilidades en Inglés. Venga a divertirse mientras se aprende a hablar Inglés en un grupo pequeño.

Fechas: 3 junio hasta 26 junio

Día: martes y jueves

Tiempo: 5-8pm

Inscribirse: Llame al CLC al 449-5191

### Los años increíbles

Usted está invitado a asistir a este galardonado grupo de padres para las familias con niños de 2 a 10. Este programa de diez semanas tiene el escenario para sensibles, la crianza y la crianza competente que fomenta comportamientos sociales positivos en los niños, así como la mejora de la autoestima. Lo que usted puede esperar ganar: interacciones positivas aumentan, la resolución de problemas efectiva, conciencia emocional, mejorar el éxito académico, Reducir desafío, habilidades sociales positivas, aumento de la autoestima y la confianza.

Fechas: A partir de 04 de junio

Día: Miércoles

Hora: 9-10:30 am

Inscribirse: Hable al 970-494-4212 Regina Hariri

Actividades para Niños: Si

## EDUCATION

### Job Ready Tools

This course prepares students to find a job that can move them toward self-sufficiency. Upon completion of the program, each student will have a personalized job-search portfolio with a clear marketing plan and communication strategy including effective resume, cover letter and solid interviewing techniques. Students will also leave with skills to access the hidden job market, networking strategies, and a job search action plan.

Dates: July 21- July 31st

Days: Monday- Thursday

Time: 1-3pm

Children Activities: No

Sign up: Call the Community Life Center at 970-449-5191

### English as a Second Language (ESL)

This class is designed for English language learners with a focus on English needed for everyday life situations such as health, employment, shopping, housing and other life skills. Students will work on improving their listening, speaking, reading and writing skills in English. Come and have fun while we learn how to speak English in a small group setting.

Dates: June 3rd- June 26th

Day: Tuesdays and Thursdays

Time: 5-8pm

Sign up: Call the CLC at 449-5191

Children Activities: Yes for children 0-15

Dinner: Yes

### Incredible Years

You are invited to attend this award winning parenting group for families with children ages 2 to 10. This ten week program sets the stage for sensitive, nurturing, and competent parenting that fosters positive social behaviors in children as well as enhanced self-esteem.

What you can hope to gain: Increase positive interactions, Effective problem solving, Emotional awareness, Boost academic success, Reduce defiance, Positive social skills, Increased self-esteem and confidence

Dates: June 4th

Day: Wednesdays

Time: 9-10:30am

Sign up: Call Regina Hariri at 970-494-4212

Children Activities: Yes

## EDUCATION

### Eating Smart / Being Active Lessons (English)

The Expanded Food and Nutrition Education Program (EFNEP) and Supplemental Nutrition Education Program Education (SNAP-Ed) are federally funded, nutrition education programs utilizing paraprofessional nutrition educators to teach low-income families. The mission of these programs is to assist limited resource families in acquiring the knowledge, skills, attitudes, and changed behavior necessary for nutritionally sound diets, and to contribute to their personal development and the improvement of the total family diet and nutritional well-being. The main content areas taught in EFNEP and SNAP-Ed includes basic nutrition, food safety, food resource management and physical activity. The programs are run at the state level through Colorado State University Extension.

Dates: June 2<sup>nd</sup>- July 28<sup>th</sup>

Day: Mondays

Time: 9-11:30am

Sign up: Theresa Servin (970) 498-6015

Children Activities: Children are welcome to attend

### Eating Smart / Being Active Lessons (Spanish)

The Expanded Food and Nutrition Education Program (EFNEP) and Supplemental Nutrition Education Program Education (SNAP-Ed) are federally funded, nutrition education programs utilizing paraprofessional nutrition educators to teach low-income families. The mission of these programs is to assist limited resource families in acquiring the knowledge, skills, attitudes, and changed behavior necessary for nutritionally sound diets, and to contribute to their personal development and the improvement of the total family diet and nutritional well-being. The main content areas taught in EFNEP and SNAP-Ed includes basic nutrition, food safety, food resource management and physical activity. The programs are run at the state level through Colorado State University Extension.

Dates: June 2<sup>nd</sup>- July 28<sup>th</sup>

Day: Mondays

Time: 1-3pm

Sign up: Annie Hernandez (970) 498-6015

Children Activities: Children are welcome to attend

### Basic Computer Skills in Spanish

In this four week class series you will learn to use basic computer skills, including its functions and programs you need to use the internet. You'll be able to use email and learn to use Skype to make free international calls, social networking sites and much more. You'll be amazed to see all the doors that open when you learn these skills!

Dates: July 11<sup>th</sup>- Aug. 1<sup>st</sup>

Day: Fridays

Time: 10-12pm

Sign up: Call Community Life Center at 449-5191

Children Activities: No

## EDUCACION

### Coma Bien / Ser Lecciones Activas (Ingles)

La Educación Alimentaria y Nutricional Programa Ampliado (EFNEP) y Nutrición Educación Programa de Educación Suplementaria (SNAP-Ed) son financiados por el gobierno federal, los programas de educación nutricional que utilizan los educadores en nutrición-profesionales para enseñar a las familias de bajos ingresos. La misión de estos programas es el de ayudar a las familias de recursos limitados en la adquisición de los conocimientos, habilidades, actitudes y cambios de comportamiento necesarios para dietas nutricionales saludables y contribuir a su desarrollo personal y la mejora de la dieta familiar total y el bienestar nutricional. Las principales áreas de contenido enseñados en EFNEP y SNAP-Ed incluye la nutrición básica, la seguridad alimentaria, la gestión de recursos alimenticios y la actividad física. Los programas se ejecutan en el ámbito estatal a través de la extensión de la Universidad Estatal de Colorado.

Fechas: 2 Junio a 28 Julio

Día: Lunes

Hora: 9-11:30 am

Inscribirse: Theresa Servin (970) 498-6015

Actividades para Niños: Los niños son bienvenidos a asistir

### Coma Bien / Ser Lecciones Activas (Español)

La Educación Alimentaria y Nutricional Programa Ampliado (EFNEP) y Nutrición Educación Programa de Educación Suplementaria (SNAP-Ed) son financiados por el gobierno federal, los programas de educación nutricional que utilizan los educadores en nutrición-profesionales para enseñar a las familias de bajos ingresos. La misión de estos programas es el de ayudar a las familias de recursos limitados en la adquisición de los conocimientos, habilidades, actitudes y cambios de comportamiento necesarios para dietas nutricionales saludables y contribuir a su desarrollo personal y la mejora de la dieta familiar total y el bienestar nutricional. Las principales áreas de contenido enseñados en EFNEP y SNAP-Ed incluye la nutrición básica, la seguridad alimentaria, la gestión de recursos alimenticios y la actividad física. Los programas se ejecutan en el ámbito estatal a través de la extensión de la Universidad Estatal de Colorado.

Fechas: 2 Junio a 28 Julio

Día: Lunes

Tiempo: 1-3pm

Inscribirse: Annie Hernandez (970) 498-6015

Actividades para Niños: Los niños son bienvenidos a asistir

### Habilidades basicas de computacion en espanol

En esta serie de cuatro semanas de clase usted aprenderá a utilizar las habilidades básicas de computación, incluyendo sus funciones y programas que necesitan para usar el Internet. Usted será capaz de utilizar el correo electrónico y aprender a usar Skype para hacer llamadas internacionales gratis, sitios de redes sociales y mucho más. Usted se sorprenderá al ver que todas las puertas que se abren cuando se aprende estas habilidades!

Fechas: 11 Julio-1 Agosto

Día: Viernes

Tiempo: 10 a 12 pm

Inscribirse: Hable al CLC al 449-5191

Actividades para Niños: No